

# यदि आप झटके महसूस करते हैं या चेतावनी प्राप्त करते हैं:

अगर संभव हो तो



छड़ी इस्तेमाल कर रहे हैं



वॉकर इस्तेमाल कर रहे हैं



व्हीलचेयर इस्तेमाल कर रहे हैं



[EarthquakeCountry.org/step5](http://EarthquakeCountry.org/step5)